

随想

水泳と私

齊藤 武志

「今でも泳いでいるの？」
久しぶりに会った人に、私がよく聞かれる質問である。

「えー、今でも週2~3回は泳いでいますよ。」と答えると、皆さん一様に感心したような反応を示される。しかし、私にとって『泳ぐこと』は今では生活の一部になっており、別に特別なことをしているとか、努力して続けているという意識は全くない。泳ぐと気分が爽快になるし、何よりも体の調子が良いので3度の食事と同じ感覚で続けているだけである。水泳を始めて20年余り、今でも週2~3回、1回2000m前後の距離を泳いでいる。

そもそも私が水泳を始めたきっかけは、川崎市立井田病院に赴任して2年目の冬に珍しく風邪を引いて寝込んだとき、「これまでのように仕事ばかりでまったく運動をしない生活は健康に良くない」と至極当然のことを痛感したからである。脳外科医になってからの約15年間、ほとんど運動らしい運動をしていなかったのだから、何かスポーツを定期的にしようと決心したとき、さて何をしたら良いのかすぐには決めかねた。

病院に同好会のあるゴルフ、妻がやっているテニスを候補として検討したが、脳外科医として臨床の第一線にいる身ではいずれも定期的に続けることが難しいと判断された。一人でも出来るジョギングとか自転車も考えたが、天候に関係なく1年中でき、怪我の心配がないこと、何かあって病院から呼び出されたときにすぐに病院に戻れること、かつ中断しても誰にも迷惑をかけないこと（相手のいるスポーツはこの点で無理）などを考えた結果、水泳がこれらの条件をすべてクリアする唯一のスポーツであると考えられた。

しかし、私は青森育ちで子どものころは水泳と

は全く無縁の環境で育った。当時は現在のように学校にプールなどはなく、海は冷た過ぎて泳げるような状況ではなかった。当然のこととして私は「カナヅチ」であった。

それでも水泳を始めた。小生、^{よわい}年齢41のときである。幸い、病院から10分足らずのところに指導がしっかりしていると評判のスイミングクラブがあった。

クラブに入会したものの、当初は仕事の関係とプールの水による高度のアレルギー性鼻炎のためプールを休みがちで、なかなか泳げるようにはならなかった。しかもたった400m位しか泳いでいないのに、家に帰ると疲労困憊の状態であった。それでも同じころに入会した仲間が頑張っている姿を見て、自分もと発奮し何とか退会せずに続けることができた。そして何よりも水泳を続けようと考えた最大の理由は、それまで医師をはじめ病院関係者としてしか付き合いのなかった私が、全く違う世界の人たちと知り合いになれたことである。

「水泳」という共通項だけで職種も違えば、それまでの人生経験も異なる人たちとの語らいは楽しいものであった。今でも水泳を続けているのはこうした水泳仲間がいることが非常に大きいと考えている。

試行錯誤を重ね10ヵ月でなんとかクロールをマスターした。その後は比較的順調に背泳、平泳ぎ、バタフライの順にクリアして2年後には4種目すべてを泳げるようになった。当初苦しめられたアレルギー性鼻炎も徐々に耐性が出来て我慢できる程度になった。それでも泳いでいるときに、予期せぬ臨時手術で呼び出されたときには、手術時にマスクの下にガーゼを何枚もあてがい、不意に鼻水が流れ落ちないように苦労したものである。

平成4年7月に名寄に引越してきてからは市内に温水プールがなかったためしばらく水泳を中断

したが、22km離れた士別市に温水プールがあることを知り平成5年2月から再開した。

水泳を再開した年に、仲間から「一緒に大会に出よう」と誘われ、生まれて初めて水泳大会なるものに参加した。東京に住んでいたころは自分のレベルが大会に出るほど高くはないことを十分自覚していたので、大会に出ることには躊躇したが、一度大会を経験してみるのも良いかなと承諾した次第でした。ところが札幌で行われた水泳大会で出場した3種目すべてに大会新記録を出して優勝してしまった。この結果には泳いだ本人が一番びっくりした。予想外の好成績を挙げたことでその後練習にいっそう励むことになった。たまたま私の得意種目がみんなの苦手とするバタフライであったこともあって、その後はクラブ対抗メドレーリレーのバタフライ要員として毎回、大会に駆り出される羽目になり、3月から10月にかけて、道内のあちこちで行われた大会に参加した。1年目には合計13種目に出場し、なんと11種目で優勝するという全く思いもかけない結果を収め、いっそ

う水泳にのめり込むことになってしまった。

そのような生活を6年ほど続け、かなりの成績を残すことが出来た。しかし、土曜日の昼、診療を終えると同時に車に乗って大会のある町に出かけ、日曜日一日大会に出場して夜遅く帰ってくるという生活が年々負担になってきた。また水泳大会が行われる時期とゴルフのシーズンが重複することも問題であった。せっかくゴルフをする環境に恵まれた名寄に住んでいるのにゴルフをしないというのはもったいないと考え、やむなく水泳大会に出ることを断念した。そんなこんなで最近ではもっぱら健康のためと称してマイペースでのんびりと泳いでいる。

現在のささやかな夢は、70歳になっても現役として今のように水泳を続けていることである。そして、そのとき可能であればまたマスターズ大会に参加してみたいと考えている。